



食べることは、身体を成長させ、健康を保つ大切な働きがあります。また、心も豊かにしてくれます。子どもは、常に、大人と同じことができるようになりたいという意欲のある子どもになります。毎日3回の食事は、大人と同じことができる自己表現の機会です。ぜひ、家族みんなで食事をする機会を増やし、楽しく団らんしましょう。

2019年

3月メニューカレンダー

月

火

水

木

金



1 ひなまつりメニュー

おさかなフライ
にも
おひたし
デザート
おはなごはん



エネルギー:383kcal/たんぱく質:10.7g

4 ロールキャベツ

ソテー
きざみこんぶに
デザート
こましおごはん



エネルギー:382kcal/たんぱく質:12.8g

5 おさかな

チンジャオロース
あえもの
デザート
のりごはん



エネルギー:401kcal/たんぱく質:12.0g

6 からあげ

ミートソース
きんぴらごぼう
デザート
しろごはん



エネルギー:438kcal/たんぱく質:12.2g

7 パンのメニュー

ブラウンシチュー
フライ
サラダ
デザート
パン・にゅうさんいりよう



エネルギー:435kcal/たんぱく質:12.5g

8 ハンバーグ

ポテト
やきかぼちゃ
デザート
しろごはん



エネルギー:391kcal/たんぱく質:9.8g

11 エッグカレー

サラダ
デザート
しろごはん



エネルギー:391kcal/たんぱく質:10.1g

12 しょうがやき

グラタン
あえもの
デザート
しろごはん



エネルギー:398kcal/たんぱく質:12.2g

13 てづくりメンチカツ

あつやきたまご
サラダ
デザート
ふりかけごはん



エネルギー:422kcal/たんぱく質:10.6g

14 はるまき

チャプチェ
ひじきに
デザート
しろごはん



エネルギー:432kcal/たんぱく質:12.8g

15 とりのてりやき

ちくわのいそあげ
ごまあえ
デザート
わかめごはん



エネルギー:405kcal/たんぱく質:12.2g

18 すぶたふう

きょうざ
にんじんしりしり
デザート
しろごはん



エネルギー:412kcal/たんぱく質:10.9g

19 オムレツ

ミートボール
サラダ
デザート
おかかごはん



エネルギー:401kcal/たんぱく質:10.6g

20 チキンカレー

フライ
サラダ
デザート
しろごはん



エネルギー:436kcal/たんぱく質:10.4g

21

春分の日

22 アジフライ

ちくぜんに
あえもの
デザート
しろごはん



エネルギー:411kcal/たんぱく質:11.5g

25 おさかな

やきそば
きりぼしだいこんに
デザート
ふりかけごはん



エネルギー:429kcal/たんぱく質:10.6g

26 つくね

にくじゃが
きんちゃくに
デザート
しろごはん



エネルギー:402kcal/たんぱく質:10.9g

27 はっぼうさい

しゅうまい
マカロニトマトに
デザート
しろごはん



エネルギー:400kcal/たんぱく質:10.6g

28 コロッケ

ウイナーソーテー
サラダ
デザート
しろごはん



エネルギー:408kcal/たんぱく質:10.2g

29 ぐだくさんカレー

サラダ
デザート
しろごはん



エネルギー:419kcal/たんぱく質:11.5g



毎日変わる“美味しい”の笑顔

宅配弁当 味のいち

おかげ様で創業42年

TEL 048-486-1147/FAX 048-486-1148
〒353-0005 埼玉県志木市幸町4-11-1
お問い合わせ 日曜・祝日を除く 9～17時

1日の食事摂取基準量(3～5歳児)

	エネルギー	たんぱく質
男子	1400kcal	25g
女子	1250kcal	25g

お願い

迷子のスプーン・フォークが増えております。お名前だけでなく、幼稚園名もお書きいただくと大変助かります。

デザートは別添えではなく、全てお弁当箱の中に入っています。

仕入れ状況により食材を変更する場合があります。

なるべく涼しい場所に保管していただき、13時ごろまでにお召上がりください。

Webで弁当カレンダーをダウンロード!

味のいち 検索 www.e-aji.co.jp 毎日更新!お弁当ブログ 当日のお弁当写真を公開しています。